



## Patienteninformationen zur Dorn-Breuss-Therapie

---

Naturheilpraxis Sondermann



## Inhaltsverzeichnis

1. Indikationen für die Dorntherapie .....	3
1.1. Vorbeugung .....	3
1.2. Orthopädische Beschwerden.....	3
1.2.1. Position der Knochen .....	3
1.2.2. Subluxierte Gelenke.....	3
1.2.3. Beinlängendifferenz und Beckenschiefstand .....	3
1.2.4. Rücken- und Wirbelsäulenbeschwerden aller Art .....	3
1.3. Organische und psychische/seelische Beschwerden .....	4
1.4. Störungen im Bereich der Meridiane .....	4
2. Kontraindikationen.....	4
2.1. Immobile Patienten.....	4
2.2. Unfallpatienten .....	4
2.3. Tumor- und Krebspatienten.....	4
2.4. Entzündungen .....	5
2.5. Hexenschuss .....	5
2.6. Bandscheibenvorfall .....	5
2.7. Lähmungserscheinungen.....	5
2.8. Medikamente und Operationen.....	5
2.9. Osteoporose.....	5
2.10. Akute Migräne .....	5
3. Ablauf der Dorn-Breuss-Therapie.....	6
3.1. Dorntherapie .....	6
3.1.1. Technik.....	6
3.2. Breussmassage.....	6
4. Wichtige Hinweise für den Patienten .....	7
4.1. Mitarbeit während der Behandlung .....	7
4.2. Selbsthilfefübungen .....	7
4.3. Ausreichend trinken .....	7
4.4. Anstrengung vermeiden .....	8
4.5. Nebenwirkung von Johanniskrautöl.....	8
4.5.1. Kontraindikationen (Gegenanzeigen) .....	8
4.5.2. Wechselwirkungen mit anderen Substanzen.....	8



## 1. Indikationen für die Dorntherapie

Die Dorn-Therapie hat sich vor allem bei reversiblen, d.h. umkehrbaren, Funktionsstörungen und Blockaden des Rückens und der Gelenke bewährt. Insbesondere Rückenschmerzen sowie Schmerzen und Bewegungseinschränkungen der Gelenke sind häufige Indikationen für eine Dorn-Behandlung. Die Behandlung nach Dorn eignet sich darüber hinaus für alle Erkrankungen, die direkt oder indirekt mit der Wirbelsäule zusammenhängen. Als sehr sanfte Methode ist die Dorn-Therapie prinzipiell für alle Menschen geeignet, sofern nicht bestimmte Ausschlusskriterien (Kontraindikationen) vorliegen.

### 1.1. Vorbeugung

Auch beschwerdefreie Menschen können von einer gelegentlichen Dorn-Behandlung (z.B. ein- oder zweimal im Jahr) profitieren: Denn durch eine vorbeugende Untersuchung lassen sich Fehlstellungen früh erkennen und die rechtzeitige Korrektur hilft, spätere Rückenschmerzen und Gelenkschmerzen vermeiden.

### 1.2. Orthopädische Beschwerden

#### 1.2.1. Position der Knochen

Im Idealfall steht jeder Wirbelkörper der Wirbelsäule exakt auf dem vorherigen und die Dornfortsätze liegen in einer Reihe übereinander. Oft weicht der tatsächliche anatomische Aufbau jedoch von diesem Idealbild ab. Rücken- und Gelenkprobleme sind meist mit einer Verschiebung der zugehörigen Gelenke und Wirbel aus der Ideallage verbunden. Die Wirbel können sich z.B. verdrehen, aus der Reihe herausrutschen oder sich seitlich verschieben. Zunächst versucht der Körper durch unbewusste Bewegungen die Ordnung wiederherzustellen – manchmal gelingt es ihm sogar, doch oft braucht er dabei Hilfe.

#### 1.2.2. Subluxierte Gelenke

Durch Überanstrengung oder eine länger andauernde Fehlstellung können Gelenke aus der idealen Lage herausrutschen. Die überdehnten Bänder können das Gelenk nicht mehr stabilisieren, es subluxiert (d.h. der Gelenkkopf rutscht teilweise aus der Gelenkpfanne heraus). Eine Subluxation des Hüftgelenks z.B. kann ein Bein um einige Zentimeter verlängern.

#### 1.2.3. Beinlängendifferenz und Beckenschiefstand

Unterschiedliche Beinlängen haben fast immer einen Schiefstand des Beckens zur Folge, da das längere Bein auf seiner Seite das Becken hochdrückt. Ein solches schiefes Becken verschiebt über kurz oder lang auch die Wirbelsäule.

#### 1.2.4. Rücken- und Wirbelsäulenbeschwerden aller Art

Die Dorn-Therapie ist bei nahezu allen funktionellen Beschwerden und Schmerzen des Bewegungsapparates einsetzbar und bringt oft eine Linderung der Symptome, wenn nicht gar die Heilung. Sie ist angezeigt bei chronischen und akuten Schmerzen sowie bei großflächigen Veränderungen wie einer Skoliose oder einem Rundrücken.



## 1.3. Organische und psychische/seelische Beschwerden

Fehlstellungen der Wirbel können an anderen Stellen des Körpers Beschwerden hervorrufen, die zunächst scheinbar nichts miteinander zu tun haben. Denn die Wirbelsäule steht in direkter Verbindung mit den Organen und der Psyche, z.B. über die Spinalnerven. Die Spinalnerven zweigen vom Rückenmark ab und versorgen die inneren Organe, sie verlassen den Rückenmarkskanal durch die Zwischenwirbellöcher.

Es ist z.B. bekannt, dass Probleme in Händen, Armen und Schultern häufig durch Verschiebungen der unteren Halswirbel bzw. des ersten Brustwirbels (C5 bis Th1) verursacht werden. Probleme in den Füßen oder Beinen stehen wiederum häufig mit Verschiebungen der Lendenwirbel L4 und L5 oder des Kreuzbeins in Verbindung.

Oft liegt die Ursache für Beschwerden im Bereich der Wirbelsäule und der Gelenke auch tiefer, nämlich in der Lebenssituation des Patienten, seiner Einstellung zu sich selbst und zu seinen Mitmenschen. Sensible Menschen reagieren häufig stärker als pragmatisch veranlagte. Die Betroffenen machen dann im wahrsten Sinne des Wortes „den Rücken krumm“.

## 1.4. Störungen im Bereich der Meridiane

Zwischen der traditionellen chinesischen Medizin und der Dorn-Therapie gibt es zahlreiche Überschneidungen und Wechselwirkungen. So lassen sich Fernwirkungen der Dorn-Methode oft über die Meridiane erklären oder umgekehrt Störungen im Bereich der Meridiane über die Wirbel beseitigen. Eine Kombination beider Therapieverfahren eröffnet somit neue Heilungschancen.

## 2. Kontraindikationen

Obwohl die Dorn-Therapie (Dorn-Methode) sehr sanft ist, gibt es Fälle, in denen sie nicht geeignet ist. Nicht geeignet für eine Behandlung nach Dorn sind:

### 2.1. Immobile Patienten

Solange der Patient sich aufrichten, auf den Therapeuten zugehen, stehen bzw. sitzen kann, kann eine Dorn-Behandlung durchgeführt werden. Bei bettlägerigen Patienten kann eine Behandlung eventuell teilweise durchgeführt werden. Hierzu ist es jedoch notwendig, dass der Patient sich auf den Bauch und auf den Rücken auf eine Therapieliege legen kann. Somit können Beinlängendifferenzen und Wirbelsäulenlageveränderungen behandelt werden.

### 2.2. Unfallpatienten

Bei Rückenschmerzen und Gelenkproblemen infolge eines Unfalls oder anderer Gewalteinwirkung müssen Knochenbrüche und innere Verletzungen durch eine Röntgenuntersuchung ausgeschlossen werden. **Sechs bis acht Wochen nach einem Unfall** ist eine Behandlung ohne Bedenken möglich – in diesem Zeitraum würden gebrochene Knochen verheilen.

### 2.3. Tumor- und Krebspatienten

Krebs an sich ist keine Kontraindikation für die Dorn-Therapie.

Mit der Dorn-Therapie kann man keinen Krebs heilen. In einigen Fällen bessert sie jedoch vorübergehend das Wohlbefinden des Patienten. Über eine Behandlung von Krebspatienten muss daher im Einzelfall entschieden werden. Ggf. sollte der Therapeut den Patienten entsprechend aufklären und sich den Behandlungswunsch bescheinigen lassen.



## 2.4. Entzündungen

Bei akuten Entzündungen und Fieber sollte nicht nach der Dorn-Methode behandelt werden. Bei akuten Gelenkentzündungen mit Schwellung wird vor Behandlungsbeginn das Abklingen der Schwellung abgewartet. Wenn keine Temperaturerhöhung am Gelenk mehr spürbar ist, kann behandelt werden. Dies gilt auch für chronische Entzündungen.

## 2.5. Hexenschuss

Ein akuter Hexenschuss schließt eine Dorn-Behandlung nicht aus. Allerdings verzichtet man zunächst auf die Kontrolle der Beinlängen.

## 2.6. Bandscheibenvorfall

Bei einem Bandscheibenvorfall leidet der Patient oft unter extremen Schmerzen. Er kann nicht mehr stehen und muss sofort ins Krankenhaus gebracht werden. Da grundsätzlich die Gefahr einer Querschnittslähmung besteht, darf auf keinen Fall nach Dorn behandelt werden.

## 2.7. Lähmungserscheinungen

Bei kleineren Empfindungsstörungen in Armen oder Beinen ist zunächst keine ärztliche Untersuchung nötig. Falls sich die Beschwerden nach einigen Behandlungen nicht bessern, sollte jedoch ein Facharzt hinzugezogen werden. Bei fortgeschrittener Lähmung muss ein Neurologe abklären, ob eine Nervenstörung vorliegt.

## 2.8. Medikamente und Operationen

Bei Patienten, die dauerhaft Kortison nehmen, ist die Knochenbrüchigkeit erhöht. Vorangegangene Operationen sind kein Hindernis, sofern die Wunde bereits verheilt ist.

## 2.9. Osteoporose

Osteoporose stellt keine Kontraindikation für die Dorn-Therapie dar. Gerade diese Patienten sind besonders auf ein sanftes Behandlungsverfahren angewiesen. Natürlich sollte der Therapeut bei Menschen mit Osteoporose besonders vorsichtig vorgehen.

## 2.10. Akute Migräne

Während des akuten Migräneanfalls sollte auf die Dorn-Therapie verzichtet werden.



## 3. Ablauf der Dorn-Breuss-Therapie

### 3.1. Dorntherapie

Zur Anwendung dieser manuellen Methode werden keine Medikamente oder Geräte benötigt, sondern nur die Hände.

Nach dem Eingangsgespräch werden die Beinlängen gemessen. Dabei wird zwischen den sehr seltenen realen Beinlängendifferenzen durch unterschiedlich lange Ober- oder Unterschenkel und zwischen den häufigen scheinbaren (funktionellen) Beinlängendifferenzen durch Fehlstellung des Hüft-Knie oder Sprunggelenkes unterschieden. Die Stellungen des Beckens und der Kreuzdarmbeingelenke wird ertastet und mit Dorn Techniken behandelt. Nun werden die Wirbel aufsteigend von der Lendenwirbelsäule bis zu den Halswirbeln einzeln überprüft. Blockaden oder Fehlstellungen werden mit der unten beschriebenen typischen Dorntechnik behandelt. Dorn kann hilfreich sein all diese Fehlstellungen zu korrigieren. Bei Bedarf werden zum Schluss noch Schulter-, Ellbogen-, Hand- und Fingergelenke überprüft und mobilisiert.

#### 3.1.1. Technik

Die Korrekturen erfolgen mit Druck in die zu mobilisierende Richtung unter Bewegung des Gelenkes. So kann z.B. ein Lendenwirbel mobilisiert werden indem der Therapeut den schiefstehenden Wirbel in die Mittellinie zurückdrückt, während der Patient durch das Pendeln eines Beines oder durch tiefes Ein- und Ausatmen in Bauchlage die Wirbelsäule leicht vor- und zurückrotieren lässt. Diese Rotationsbewegungen der Wirbel erleichtern dem blockierten Wirbel das Zurückgleiten in seine korrekte physiologische Position. Mit dieser Methode werden alle Hals-, Brust-, Lenden- und Kreuzbeinwirbel Behandelt. Eine Besonderheit bilden die obersten Halswirbel C1 und C2 (Atlas und Axis). Außerhalb der Dorntherapie korrigiere ich diese Wirbel auf Basis einer sanften osteoplastischen Technik. Nach einschlägigen Literaturhinweisen werden gerade diesen Bereichen eine Vielzahl auftretender Symptome zugeschrieben.

Diese Art Wirbel zu reponieren ist schonender als die Manipulation von Wirbeln, die mit langen Hebeln und Impulstechniken arbeitet und manchmal Gelenkbänder oder Kapseln überdehnt. Jedoch ist die Dornbehandlung nicht schmerzfrei. Ein leichter bis mittelstarker Schmerz kann entstehen und auch nach Beendigung des Vorganges noch einige Stunden bis Tage bleiben. Um Schmerzen durch Hautreizung beim Drücken zu verhindern wird bei der Dornbehandlung grundsätzlich viel Johanniskrautöl auf die zu behandelnde Haut aufgetragen.

Nach einer Dornbehandlung erfolgt die sehr sanfte Breussmassage, um die bei einer Wirbelblockade immer auch verspannte angrenzende Muskulatur mitzubehandeln.

### 3.2. Breussmassage

Die sanfte Breussmassage im Wirbelsäulenbereich geht davon aus, dass es keine „verbrauchten“ Bandscheiben gibt, sondern lediglich "degenerierte" und ich bin der Überzeugung, dass eine Regenerierung erreicht werden kann. Rudolf Breuss gab dazu das Beispiel mit dem Schwamm: Wenn auf einem ausgetrockneten Schwamm längere Zeit ein Gewicht liegt, so wird er dünn wie eine Scheibe. Nimmt man das Gewicht weg und legt ihn in einen Topf mit Wasser, so saugt er sich voll und dehnt sich wieder aus. Genau so ist es auch mit den Bandscheiben. Das einmassierte Johanniskrautöl wird von den Bandscheiben leicht aufgenommen, sie werden wieder dicker, quellen auf, werden weicher und elastischer, so dass die Wirbel nach dieser Massage viel leichter von den Muskeln und Sehnen in ihre ideale Lage zurück gebracht werden.

Bei bestehender Osteoporose oder Schmerzen, sollte die Massage ganz sanft durchgeführt werden. Die Massage darf nicht schmerzen. Bei sehr massiven Wirbelsäulenproblemen, starken Schmerzen oder sehr fester Muskulatur bzw. schwer verschiebbaren Wirbeln, ist die Breuss-Massage eine ideale Vorbereitung für die nachfolgende Dornbehandlung. Ich geben sie auch oft nach der Dornbehandlung, um die Wirbelsäule noch mehr zu strecken.



Die Breussmassage lässt sich ohne Probleme beliebig häufig oft wiederholen. Mit der Breuss-Massage kann man auch Ängste und tiefe Blockaden im seelischen Bereich lösen. Ich habe festgestellt, dass man mit dieser Massage sehr schnell das Vertrauen beim Patienten aufbauen kann. Die Breuss-Massage ist eine für sich selbstständig stehende Methode.

Die Breussmassage ist eine feinfühligere, stark energetische Rückenmassage, die imstande ist seelische, energetische und körperliche Blockaden zu lösen. Die Breussmassage leitet die Regeneration von unterversorgten Bandscheiben ein und ist der Schlüssel zur Lösung vieler Probleme im Bewegungsapparat besonders im Kreuzbeinbereich.

Viele Menschen die seit Jahren sehr gute Behandlungserfolge mit der DORN-Methode haben, lernten auch die Breussmassage zu schätzen und wenden sie sehr häufig mit Erfolg an. Ich setze die Breussmassage sporadisch vor oder nach der Dornbehandlung ein, je nach Indikation.

## 4. Wichtige Hinweise für den Patienten

### 4.1. Mitarbeit während der Behandlung

Der Patient trägt durch sein Verhalten maßgeblich zum Erfolg der Dorn-Behandlung bei. Denn über die Behandlung beim Therapeuten hinaus ist bei der Dorntherapie besonders die aktive Mitarbeit des Patienten gefordert.

### 4.2. Selbsthilf Übungen

Eine einmalige Korrektur einer Fehlstellung oder Gelenkblockade reicht für eine dauerhafte Heilung nicht aus. Vor allem das Hüftgelenk verrutscht durch längeres Sitzen recht schnell wieder, oft merkt der Betroffene das nicht einmal. Erst nach einiger Zeit machen sich die Folgen des Beckenschiefstandes wieder als Rückenschmerzen bemerkbar.

Übungen, die der Patient selbst zuhause durchführt, sind deshalb unverzichtbarer Bestandteil einer erfolgreichen und dauerhaft wirkungsvollen Dorntherapie. Ein guter Therapeut gibt seinem Patienten passende Selbsthilf Übungen als „Hausaufgaben“ mit, die täglich durchgeführt werden müssen.

In den ersten ein bis drei Monaten nach der Behandlung muss der Patient dafür sorgen, dass das Gelenk in der richtigen Stellung bleibt, z.B. der Hüftgelenkkopf in der Gelenkpfanne. Nur dann straffen und regenerieren sich die Bänder und halten diese Stellung fest. Ohne Selbsthilf Übungen rutscht das Gelenk stattdessen immer wieder aus der Pfanne. Auch wenn die Schmerzen und Probleme verschwunden sind, sollte der Patient seine Übungen zur Vorbeugung fortsetzen.

### 4.3. Ausreichend trinken

Die Dorntherapie regt den Stoffwechsel an. Der Körper mobilisiert Schlacken, Säuren und Salze, die er jahrelang in den Gelenkspalten abgelagert hat. Diese unerwünschten Stoffe kann der Patient besser ausscheiden, wenn er reichlich Flüssigkeit zuführt. Pro Tag sollte der Patient zwei bis drei Liter Wasser (möglichst ohne Kohlensäure) und/oder Kräutertee trinken. Kaffee und Milch sind dagegen nicht geeignet.



## 4.4. Anstrengung vermeiden

Nach der Dornbehandlung muss der Körper die neue Position der Gelenke und Wirbel stabilisieren. Es dauert einige Tage bis Wochen, bis sich die Muskeln, Sehnen und Bänder an die neue Lage angepasst haben. 4–5 Tage nach der Behandlung sollte der Patient Anstrengungen vermeiden und auf keinen Fall schwer tragen oder die Wirbelsäule einseitig belasten. Dehnübungen und Yoga sind ebenso zu vermeiden wie das Sitzen mit übereinander geschlagenen Beinen. Vorsicht auch bei schnellen, ruckartigen Bewegungen! Bitte auch die Geldbörse aus den hinteren Gesäßtaschen der Hose verbannen. Der einseitige Druck auf den Hüftgelenkkopf fördert wieder die Verschiebung des Gelenkkopfes aus der Gelenkpfanne und macht damit eine erfolgreich behandelte Beindifferenzkorrektur zu Nichte.

## 4.5. Nebenwirkung von Johanniskrautöl

"Keine Wirkung ohne Nebenwirkungen", heißt der alte Erfahrungssatz. Dies betrifft auch alle Pflanzenheilmittel. Früher wurde die "Heilkraft der Natur" gerne noch durch den Wunschtraum "keinerlei Nebenwirkungen" ergänzt. Doch das entspricht nicht der Realität. Auch Pflanzenheilmittel, und zwar praktisch alle, können unerwünschte Begleiterscheinungen verursachen, nur deutlich milder als die synthetischen Produkte. Deshalb wird man in der Rubrik "Nebenwirkungen" bei manchen Substanzen auch den erfreulichen Hinweis finden: "keine bekannt". Dies ist jedoch eine statistische Aussage, denn im Einzelfall gibt es das natürlich schon, wenngleich selten. Dafür ist dann auch ihre Wirkstärke weniger ausgeprägt.

Auch Johanniskraut kann unerwünschte Begleiterscheinungen auslösen. Dabei ist diejenige, die am häufigsten genannt wird, eher selten: die so genannte Lichtempfindlichkeit oder Photosensibilisierung.

### 4.5.1. Kontraindikationen (Gegenanzeigen)

Bei Kindern unter 12 Jahren sowie während Schwangerschaft und Stillzeit sollen Johanniskrautpräparate nicht eingesetzt werden, weil noch zu wenig entsprechende Daten vorliegen. Zur Vermeidung der erwähnten Photosensibilisierung sollten Patienten mit bekannter Lichtüberempfindlichkeit nicht mit Johanniskraut behandelt werden.

### 4.5.2. Wechselwirkungen mit anderen Substanzen

Wechselwirkungen oder Arzneimittel-Interaktionen mit anderen Medikamenten waren bisher - mit Ausnahme der potenzierenden Wirkung mit anderen photosensibilisierenden Substanzen - kein Thema. Zudem ließ sich keine Wechselwirkung mit Alkohol feststellen.

Auch diskutiert man die Frage, ob die Wirksamkeit der "Pille" beeinträchtigt werden kann.